

Estrategia Atención Comunitaria
AGENDA COMUNITARIA



CENTRO DE MORA DE RUBIELOS

Sector Sanitario

Teruel

Nombre del Equipo de Atención Primaria

CS Mora de Rubielos

CONTENIDO BÁSICO AGENDA COMUNITARIA

¿Qué actividades realizan los profesionales del centro de salud (medicina, enfermería, matrona, trabajo social,...) además de la consulta individual?

¿El equipo de atención primaria ha participado en intervenciones comunitarias y de desarrollo comunitario de la Zona Básica de Salud?

ACTIVIDADES Y PROYECTOS DEL SERVICIO DE ATENCIÓN COMUNITARIA DEL EAP

Desde el Centro de Salud de Mora de Rubielos, se realizan diferentes actividades comunitarias:

Taller de Primeros auxilios para niños en los colegios de la zona (Colegio San Miguel de Mora de Rubielos y CRA Pórtico de Aragón): la iniciativa surgió de un proyecto que se presentó “Tus manos pueden salvar vidas” el cual iba dirigido a niños y niñas en edad escolar, con diferentes actividades dependiendo de la edad, el taller incluye, conocer el 112, reconocer una persona inconsciente, posición lateral de seguridad, reconocer una parada y realizar masaje cardiaco. Dicho proyecto se llevo a cabo en ambos colegios, tras este proyecto son los colegios y AMPAS los que han seguido demandando dichos talleres, tras el parón de la pandemia en 2021 ya volvimos a realizarlo en el cole de Mora y este año esta previsto realizarlo en ambos. En el CRA lo hacen coincidir con el día que celebran del CRA de convivencia donde pueden participar también los padres.

Taller de primeros auxilios en el instituto de Mora de Rubielos: se empezó igual que en el cole a raíz de un proyecto, no se volvió a realizar y este año desde el instituto nos piden volver a realizarlo, ya que son incluso los alumnos y alumnas los que lo demandan.

Taller de primeros auxilios para profesores en los colegios de la zona (Colegio San Miguel de Mora de Rubielos y CRA Pórtico de Aragón): se

Estrategia Atención Comunitaria

han realizado talleres a petición de los maestros y maestras.

Taller de primeros auxilios para madres y padres: desde el AMPA del colegio de Mora se pusieron en contacto con nosotros para solicitar dicho taller muy demandado por las familias, el cual se realizó en junio de este año y la intención es hacerlo anualmente.

Grupo de Educación maternal: la matrona del centro, Alicia Arnau, lleva a cabo esta actividad en la que se realizan charlas sobre el embarazo, el nacimiento, lactancia, crianza, yoga y meditación dirigido a madres y padres. Posteriormente sigue otro taller de posparto con los bebés en el que se realizan juegos de estimulación para bebés, estiramientos para la mamá... También se realizan charlas sobre alimentación infantil, prevención de accidentes, primeros auxilios...

Proyecto de Calidad, Educación para la salud sobre anticoncepción en el I.E.S Gúdar-Javalambre dirigido a padres y madres y alumnado: se inicia en 2022 y se continua en 2023.

Llevar a cabo un programa para adolescentes y sus padres y madres sobre anticoncepción, haciendo hincapié en las actitudes que contribuyan a disminuir las prácticas sexuales de riesgo. Incrementar conocimientos y habilidades sobre los métodos anticonceptivos. Dotar a los adolescentes de estrategias de búsqueda de información sobre anticonceptivos adecuadas. Reforzar los conocimientos de los padres sobre el consejo anticonceptivo en adolescentes.

Aumentar las habilidades de los padres para comunicarse sobre sexualidad con sus hijos.

Proyecto de Calidad, Formación para cuidadores en la atención del paciente dependiente: se inicia en 2022 y se continua durante el 2023.

El objetivo principal de este proyecto es proporcionar a los cuidadores de personas dependientes (ya sean familiares, trabajadores en domicilio o personal de residencias de nuestra zona

Estrategia Atención Comunitaria

básica de salud) los conocimientos, habilidades y destrezas necesarias para mejorar los cuidados que prestan a las personas a su cargo.

Los objetivos específicos: Mejorar los cuidados generales tales como higiene, alimentación, movilizaciones y el ambiente en que viven las personas dependientes y como consecuencia mejorar también su bienestar. Mejorar la eficacia de los tratamientos aprendiendo el correcto uso de algunos dispositivos, pautas de administración, etc.. Prevenir patologías potencialmente evitables con unos correctos cuidados como el uso de espesantes, prevenir úlceras por presión, cuidados del pie diabético, etc.. Mejorar el estado de salud y bienestar de los cuidadores. Prevenir patología musculoesquelética mejorando la técnica de las movilizaciones y ganar seguridad y autoconfianza aumentando sus conocimientos y resolviendo dudas.

¿Qué iniciativas o proyectos de promoción de la salud se realizan por entidades de la Zona o del entorno?

INICIATIVAS Y PROYECTOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD REALIZADOS POR ENTIDADES DEL ENTORNO

Los pueblos que componen nuestra ZBS son: Mora de Rubielos, Rubielos de Mora, Fuentes de Rubielos, Nogueruelas, Valbona, Alcalá de la Selva, Cabra de Mora y Gúdar. Forma parte de la Comarca Gúdar Javalambre, junto con la ZBS de Sarrión y la de Mosqueruela.

Las **actividades deportivas** que realiza la comarca Gúdar Javalambre son las siguientes:

- Competiciones de carreras de montaña o de asfalto, dentro del circuito comarcal de carreras de la Comarca Gúdar Javalambre, que se realizan anualmente: Mosqueruela, Puertomingalvo, Perimetral, Manzanera, Más de Cebrián, Rubielos de Mora, Valdelinares, Sarrión, San Agustín, Mosqueruela, Alcalá de la Selva, Albentosa, Arcos de las Salinas, Nogueruelas y Mora de Rubielos

- Torneo de Navidad de Baloncesto U15 Comarca Gúdar Javalambre en Diciembre
- Torneo Social de esquí en las estaciones de Javalambre y Valdelinares
- Torneo Nacional de esquí alevín Aquí Tocamos las Estrellas
- Actividades de verano puntuales en todas las localidades de la Comarca con fechas a determinar cada verano.

- Actividades deportivas en las distintas localidades: Pilates, tonificación, cicloindoor, gimnasia de mantenimiento, fútbol, crossfit, padel, patinaje, balonmano, multideporte, actividades infantiles...

Actuaciones desarrolladas por el **Servicio Social de Base** de la Comarca:

- **Talleres Brecha digital:** Talleres destinados a usuarios/as en los que se detectaron problemas muy básicos con los móviles que dificultaban su relación social generando dependencia de otras personas y/o familiares o situaciones de soledad. Su objetivo es paliar la soledad y generar autonomía personal.
- **Encuentros comárcales de 3ª edad:** Actuaciones de ocio y tiempo libre con la finalidad de crear espacios de convivencia y generar redes de apoyo como herramienta para la inclusión social. Su objetivo es paliar la soledad.
- **Talleres preventivos y/o de sensibilización:** Actuaciones dirigidas a la mejora de la inteligencia y gestión emocional como herramienta para poder estar en condiciones personales adecuadas para acompañarla con los otros servicios, en su proceso de inclusión social. Su objetivo es Prevenir y dotar de herramientas para afrontar situaciones y mejorar, entre otros, aspectos de nuestra salud física y/o mental.

- **Servicio de ayuda a domicilio:** Atención en el domicilio a personas dependientes y no dependientes para facilitar el desarrollo de las actividades básicas de la vida diaria a aquellas personas con limitaciones de autonomía personal. Su objetivo es Evitar, o en su caso retrasar, el ingreso en centros de carácter residencial, ofreciendo también la realización de tareas de apoyo puntual o sustitución, en su caso, de las personas cuidadoras en su domicilio.

En cada pueblo de la zona existen **diversas asociaciones** que organizan diferentes actividades en sus localidades: asociaciones de mujeres, asociaciones de jubilados, asociaciones deportivas, asociaciones culturales...

Programa de **educación de adultos** en los diferentes municipios.

¿Con que centros y entidades de la zona el Centro de Salud mantiene algún sistema de comunicación y colaboración?

RELACIONES DEL CENTRO DE SALUD CON LAS ENTIDADES DEL ENTORNO

Coordinación y seguimiento del Consejo de Salud de la zona: se suelen realizar dos reuniones anuales donde se tratan temas relacionados con el ámbito sanitario que preocupan a la población y a los que se intenta dar solución.

Centros educativos: colaboración con los dos colegios de la ZBS, Colegio San Miguel de Mora, CRA Pórtico de Aragón e Instituto de educación secundaria Gúdar-Javalambre, para la realización de talleres de primeros auxilios tanto para profesores como para alumnos demandados por ellos y programa de educación sexual en el instituto ofrecido por nosotros, así como diferentes temas en los que podamos colaborar que puedan surgir.

Estrategia Atención Comunitaria

Comarca Gúdar-Javalambre: colabora en diversas actividades.

Ayuntamientos: dotación de material necesario para los diferentes consultorios locales.

Residencia ATADI Mora de Rubielos: realización de talleres para cuidadores, englobados dentro del Proyecto de Calidad, Formación para cuidadores en la atención del paciente dependiente.

Residencia de Mayores de Noguera: realización de talleres para cuidadores, englobados dentro del Proyecto de Calidad, Formación para cuidadores en la atención del paciente dependiente.

Asociación de Madres y Padres del Colegio San Miguel de Mora de Rubielos: colaboración con la impartición de talleres demandados por las familias, como son Talleres de primeros auxilios tanto para niños y niñas como para los padres y madres.

¿Cómo se organiza el servicio de atención comunitaria, teniendo en cuenta las características y composición del equipo?

ORGANIZACIÓN DEL EAP

En nuestro centro de salud, se han realizado actividades comunitarias desde hace años aunque no se constituye oficialmente el equipo de atención comunitaria hasta el 2022.

Los integrantes actuales del equipo de atención comunitaria son:

- Andrea Monfort Lázaro, Enfermera de Atención Primaria de Alcalá, Cabra de Mora y Gúdar.
- Carmen Tortajada Collado, Enfermera de Atención Primaria de Rubielos, Noguera y Fuentes de Rubielos
- Luisa Argilés Hernández, Enfermera de Atención Primaria de Mora.
- M^a Antonia Roca Muñoz, Enfermera de Atención Primaria de Valbona, pediatría y

Estrategia Atención Comunitaria

pruebas funcionales de Mora. Coordinadora de enfermería.

- Alicia Arnau Fuertes, Matrona.
- Ana Isabel Casado Crespo, Médico de Atención Continuada de Mora.
- Pablo Gil Orna, Médico de Atención Continuada de Mora.
- Belén Izquierdo Abril, Enfermera de Atención Continuada de Mora.
- Juan José Soria Gorriz, Auxiliar Administrativo C.S Mora.
- Mónica Cuadrado García, Enfermera de Atención Continuada de Mora.
- Ana M^a Brun Izquierdo, Enfermera de Atención Continuada de Mora y Referente de Atención Comunitaria.

CONTENIDO AVANZADO AGENDA COMUNITARIA

ANÁLISIS DEL CONTEXTO DE LA ZONA

¿Qué factores socioeconómicos y culturales influyen en la salud de la Zona? ¿Se puede realizar alguna intervención comunitaria que ayude a reducir las desigualdades sociales en la salud?

ELABORACIÓN DEL MAPA DE ACTIVOS

¿El EAP considera conveniente promover una identificación de los activos de la salud de la zona para mejorar la implicación de las entidades de la zona en potenciar los autocuidados y las competencias en salud?

RECOMENDACIÓN DE ACTIVOS

¿Se realiza alguna recomendación de activos comunitarios desde la consulta? ¿A que tipo de recursos se realiza la derivación?